

1. Record Nr.	UNINA9910150554403321
Autore	Henze Birgit
Titolo	Aktivieren mit Handgymnastik [[Elektronische Ressource]] : Übungen mit Alltagsgegenständen. Fingerspiele für Menschen mit und ohne Demenz. Band 3
Pubbl/distr/stampa	Hannover, : Schlütersche, 2016
ISBN	3-8426-8822-9
Descrizione fisica	Online-Ressource (50 S.)
Disciplina	796.41
Soggetti	Gymnastics
Lingua di pubblicazione	Tedesco
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Note generali	PublicationDate: 20161111
Nota di contenuto	Front Cover -- Copyright -- Table of Content -- Body -- Einleitung -- Handgymnastik mit Flaschendeckeln -- Übung 1: Flaschendeckel sortieren -- Übung 2: Wege erkunden -- Übung 3: Zwischenräume füllen -- Übung 4: Flaschendeckel rollen -- Übung 5: Glatteis -- Übung 6: Schießen -- Übung 7: Nicht über das Ziel hinaus -- Übung 8: Auf der Kante gerollt -- Handgymnastik mit einem Korken -- Übung 9: Korken pressen -- Übung 10: Korken rollen -- Übung 11: Wechsel dich -- Übung 12: Auf dem Tisch rollen -- Übung 13: Mit dem Handrücken rollen -- Übung 14: Stehaufmännchen -- Übung 15: Um die Längsachse drehen -- Übung 16: Um die Querachse drehen -- Übung 17: Um den Mittelpunkt drehen -- Übung 18: Korken heben -- Handgymnastik mit Pappbechern -- Übung 19: Auf den Kopf gestellt -- Übung 20: Balancieren -- Übung 21: Dreh dich -- Übung 22: Dreh dich - hochkant -- Übung 23: Dreh dich - rundherum -- Übung 24: Glocken läuten -- Übung 25: Umschubsen und aufrichten -- Übung 26: Von innen gehalten -- Handgymnastik mit einem Tischtennisball -- Übung 27: In der Hand drehen -- Übung 28: Schaukeln -- Übung 29: Der Kran -- Übung 30: Der Tanzbär -- Übung 31: Seitenwechsel -- Übung 32: Hoch hinaus -- Übung 33: Ball rollen -- Handgymnastik mit einem Tuch -- Übung 34: Tisch wischen -- Übung 35: Bügelarbeit -- Übung 36: Faltkunst -- Übung 37: Drehscheibe -- Übung 38: Verschwundenes Tuch -- Übung 39: Eingesogen -- Übung 40: Durch den Kreis gezogen -- Übung 41: Aufgerollt -- Übung 42: Tip-Top --

Handgymnastik mit einem Gummiband -- Übung 43: Spannung aufbauen -- Übung 44: Das Dreieck -- Übung 45: Fingerhakeln -- Back Cover.

Sommario/riassunto

Long description: Handgymnastik ist mehr! Das gezielte Spiel mit Fingern und Händen ist nicht nur ein lustiger Zeitvertreib, sondern echtes Gehirnjogging. Bewusste Hand- und Fingerbewegungen regen die Hirntätigkeit an, fördern die Aufmerksamkeit und trainieren die Konzentrationsfähigkeit. Außerdem: Gezielte Handgymnastik löst Verspannungen, verbessert die Motorik und lässt sich jederzeit und fast überall durchführen. Dieses Buch bietet das nötige Knowhow dazu: einfache Gymnastikübungen und Aufgaben mit unterschiedlichen Materialien wie z.B. Becher, Korken, Knöpfe und Löffel. Alle Übungen werden durch Zeichnungen anschaulich erklärt und eignen sich für die Einzel- oder Gruppenarbeit. Auf den Punkt gebracht: Einfach und schnell umzusetzen. Kognitives Training einmal anders. Praktisch in der täglichen Betreuung. Handliches DIN-A5-Format mit Spiralbindung und abwischbarem Umschlag.

Biographical note: Birgit Henze ist Krankenschwester, Ergotherapeutin und Fachkraft für Gerontopsychiatrie. Sie arbeitet im Bereich „ Soziale Betreuung“ in einer Berliner Pflegeresidenz.
